

# ROMA 21 MARZO '10 PISCINA ZERO9

## I° PROVA QUALIFICAZIONE CAMPIONATO PRIMAVERILE

Ricomincia il campionato regionale di nuoto organizzato dalla Confspportitalia, al quale partecipiamo per il secondo anno, scendendo in acqua contro altre 27 società sportive.

**REBECCA "SILENZIO" TEMPERANZA:** Esordisce in vasca grande ma nasconde bene l'emozione, parte bene nel 100SL e cambia in 46" ma, ritorna un po' troppo lentamente (54") e ferma il tempo dopo 1'41". Abbassa il personale nel 50Do di 1"e1/2 segnando il tempo 51"5, parte bene ma negli ultimi metri le gambe l'abbandonano e il braccio sinistro si dissocia dal corpo. Brava Rebe, più allenamento e grandi sorrisi! Benvenuta nel Team.

**ANDREA "ANSIUCCIA" LOMBARDI:** 100SL parte con un tuffo lentino ma l'apnea è veloce, buon ritmo e cambio in 39"5, temiamo nella sua morte ma l'allenamento non è una scienza astratta e torna in 41"5. 1minuto21 = meno 12" sul personale in "corta". 50Fa i primi 25 sono buoni e veloci, nel finale ritarda la respirazione e non allunga, 47"5 è comunque buono. Più tecnica meno panza!

**LORENZO "LETARGO" FABRIZI:** La primavera segna la fine del letargo. 50Do con una partenza decente, in finale piega le gambe e il braccio destro si dissocia dal corpo, ottimo il 41"9 con l'arrivo indeciso (causa bordo ghiogliottina). 100Ra cambia con un bel 49"1, vira male e perde la forze nelle gambe ritornando in 58" (infiniti) segnando un 1'47". Puoi dare di più, devi darlo, altrimenti niente tuffi a bomba. Buongiorno!

**ARI "TALPA" ROTILI:** 100SL partenza perfetta entra per prima in acqua ma esce per ultima dall'apnea, buon passo e cambio dopo 46", ritorna con calma e tocca, con buon arrivo, dopo 1'37" (51"). 50Fa buon tuffo e mezza vasca con ottimo stile, si spegne in finale e il sedere la porta giù, 54" = meno 2" sul personale. Sola soletta, quando entra in acqua non fa mai la "sola".

**EDOARDO "IGNORANZA" PONTECORVO:** Esordio per il nostro Master20 con i colori del Cassiantica S.F. nel 100SL parte forte come suo solito e vira dopo soli 29", ritorna bene per i primi 25 ma in finale muore e tocca dopo soli 63" (34"). 50De imparato su youtube e provato 3 volte non lo scoraggiano, potenza dal primo all'ultimo metro, 32" con brutto arrivo. Si piazza al 4° posto in entrambe le gare e come esordio nel nuovo sport è notevole. A tutta birra ...non solo di sera! Benvenuto nel Team!

Ringrazio **Flaminia Fratta** per aver provato a disputare la gara anche con problemi fisici, non ringrazio chi non potendo partecipare non mi ha avvisato!

Giuseppe Carlucci